

2023 活力射手籃球夏令營-活動簡章

如果您正在尋找一個充滿活力的夏令營，讓您的孩子發揮他們的運動潛力和團隊合作能力，那麼 Urspor 活力射手籃球夏令營正是您所需要的！

Urspor 活力射手籃球夏令營邁入 14 年，提供住宿和豐富的運動娛樂活動，讓孩子們與來自不同地方的其他孩子相遇，建立新的人際關係，同時享受籃球比賽的樂趣。在我們的夏令營中，我們將注重團隊合作和人際關係的培養，這將有助於孩子們發展他們的領導能力和溝通技巧。在籃球比賽中，這些技能是非常重要的，因為一個團隊的成功不僅僅取決於每個球員的個人能力，還在於他們如何協作和互相支持。一個為期四天三夜的精彩體驗，讓您的孩子在夏天充滿活力和快樂的氛圍中成長和發展。讓您的孩子參加我們的夏令營，他們將獲得一個難忘的體驗，並且在運動和人際關係方面得到寶貴的學習機會。

▲主辦單位：奕誠策略行銷有限公司

FB 粉絲團：Urspor 愛運動 / Line ID：@nve1178y

洽詢專線：02-86635500 (周一至周五 10:00-18:00)

▲活動日期

第一梯次 2023 年 07 月 03 日(一)~2023 年 07 月 06 日(四)

第二梯次 2023 年 07 月 10 日(一)~2023 年 07 月 13 日(四)

第三梯次 2023 年 07 月 31 日(一)~2023 年 08 月 03 日(四)

第四梯次 2023 年 08 月 07 日(一)~2023 年 08 月 10 日(四)

▲參加對象

國小三年級至國中二年級，男女均可。

※本營隊注重團體生活，第一天會說明生活公約規範，營隊期間(包含集合/上課/用餐/就寢/比賽等)皆會要求秩序，若學員無法約束個人行為，將給予適度體能訓練，如無法接受者請勿報名，謝謝。

▲課程特色

1. 依程度採基礎班/進階班之分班教學。
2. 全程在標準室內體育館，不受天候影響。
3. 運動防護知識、基本動作指導、運球投籃上籃技巧、防守要領、基本跑位解說、團隊觀念、裁判手勢與規則講解、傳授賽事經驗等。
4. 技術挑戰賽、三對三鬥牛賽，師生對抗賽等，藉由競賽激發學習動力。
5. 團體過夜住宿生活，培養獨立自主、互助合作、發展人際關係能力。

▲師資陣容 (每梯 6 名授課教練)

◎聘請專業籃球教練(至少具 C 級籃球教練執照)，擁有 UBA 大專籃球聯賽經歷之球員。

◎每一梯次之教練名單略有不同，將依屆時實際狀況做調整。

▲活動 / 住宿地點 (桃園市龍潭區渴望路 428 號)

◎活動地點：龍潭渴望園區-渴望會館室內體育館

◎住宿地點：龍潭渴望園區-渴望會館高級雙人房

▲住宿特色(如需同房，請於報名備註欄填寫同房之學員姓名)

1. 住宿與活動場地皆於渴望會館內，行程移動、物品攜帶、帶隊集合都相當便利。
2. 雙人房，備有兩張 120*200cm 單人床，輕暖親膚的羽絨寢具。
3. 衛浴設備乾濕分離，提供洗髮精、沐浴乳、毛巾每日替換。(請自備拖鞋、牙刷牙膏、梳子等)
4. 液晶電視+MOD 頻道。
5. 一樓設有服務櫃台，工作人員全程住於同樓層管理。



▲用餐環境

1. 由渴望餐廳提供三餐，桌菜或餐盒，每日變換菜色，並提供下午點心。
2. 餐廳旁即是便利超商，可購買生活用品。(僅開放第一天晚上由工作人員統一帶隊購買)



▲報名費用

8,800 元/人

含 4 天課程、3 夜住宿、13 餐、台北車站-龍潭渴望園區來回接送、活動贈品、獎品、保險等。

@自行接送可折扣 200 元/人。

@桃園高鐵站來回接送，每人需加收 400 元(單程 200 元/人)。

@林口彩虹魚水族館、南崁特力家居大賣場來回接送，每人需加收 400 元(單程 200 元/人)。

(桃園高鐵站、林口、南崁接送，名額有限請先來電詢問。)

@舊生或 6 人(含)以上團報，可折扣 200 元/人。(舊生或團報擇一優惠)

@團報折扣之 200 元/人，統一於活動當天現場退還。

▲報到/解散地點

@台北車站：報到 07:30 台北車站東三門 / 解散 18:00-18:20 台北車站東三門。

@自行接送：報到 09:10 渴望會館體育館 / 解散 16:00-16:20 渴望會館體育館。

@桃園高鐵站、林口、南崁接送：由專人另行通知。

▲活動贈品

1. 籃球背心一件(最後一天發放)、杯袋、束口背袋、結業證書。
2. 三對三鬥牛賽前 3 名隊伍及 MVP、技術挑戰賽獲分組第一名，將頒贈精美獎牌。

▲報名/繳費辦法

一、04/12 (三) 11:00 起開放報名，每梯次額滿為止。

1. **一律採線上報名**：「urspor 愛運動-線上報名系統」<http://www.urspor.com/>
2. 報名後 **3 日內**繳費並確認對帳，**對帳成功才算報名完成**，若該梯次額滿，逾期恕不保留。
3. **請保留交易明細表，於會員中心報名紀錄中填寫繳費資訊。**
4. 以 ATM 轉帳、無摺存款、銀行匯款等方式。

銀行：中國信託中崙分行，戶名：奕誠策略行銷有限公司

銀行代號：822，帳號：093541686660

※手寫匯款單，請於匯款單備註填寫學員大名(勿寫家長姓名、公司行號、籃球營)

▲退費辦法

一、退費辦法：因應疫情，本次採彈性退費，但未在時限內辦理，恕不退費或更換梯次。

- ◎ **梯次開始前 10 天，扣除匯費後全額退還。**
- ◎ **梯次開始前 7-9 天，退還費用 80%。**
- ◎ **梯次開始前 7 天內，退還費用 70%。**
- ◎ **梯次開始前 7 天內，因身體不適，退還費用 90%(需附上生病或受傷診斷證明)**
- ◎ **若非身體不適因素，活動當天未到、中途請假或退出，恕不退費。**

▲注意事項

- 一、請衡量自身狀況，如有不適於本項運動者請勿報名。
- 二、課程期間手機將統一管理，專注學習，如無法配合請勿報名。
- 三、未攜帶手機者，請自備電話卡或零錢，於晚餐後由工作人員協助使用公共電話報平安。
- 四、上課請穿著運動服裝、運動鞋，並自備水壺。
- 五、主辦單位有權將此營隊之錄影、照片公開播放與展示並用於相關活動宣傳。
- 六、活動前一周以簡訊與 mail 發送行前通知，沒收到請來電確認。

▲特別事項

- 一、若因人數不足或不可抗力因素，主辦單位有權不予開班、暫停、取消或延期活動，並扣除已支出行政費用後，協調更換梯次或退還已繳費用之差額。
- 二、如天候因素影響課程，將以電話簡訊個別通知，亦可參照官網或臉書粉絲團發佈之訊息。
- 三、為維持團體紀律，凡已參加之學員未能遵守規範，主辦單位保有退訓權利且恕不退還費用。
- 四、本活動簡章如有未盡事宜，得隨時由主辦單位修改增訂之。

▲加價購優惠專區

◎正客庄滴雞精—優惠價 \$950 元/盒(10 包·60 毫升/包) ·皆為常溫包

增強生理機能，補充體力，成長發育、生病、生產、術後調理，長期飲用特別有幫助！



◎排汗籃球短褲—優惠價 \$300 元/件 (顏色：白底黑邊條紋 / 白底藍邊星星；尺寸：S、M)

排汗快乾、抽繩設計可自由調整腰圍大小，無口袋款式在場上無負擔。(實際款式依現場而定)

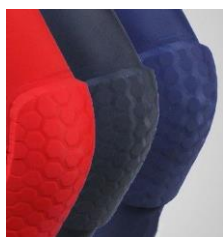


尺寸表(cm)	腰圍(1)	褲長(2)	檔(3)	內側長(4)	褲寬(5)
S	32	52.5	33	26	35
M	34	55	34	27	36

◎長型防撞護膝—活力射手優惠價 \$399 元/2 件(顏色：黑、藍；尺寸：M)

彈性萊卡材質包覆透氣，蜂巢式防撞設計可分散衝擊力，膝蓋上有防滑膠條設計，運動時不必擔心滑落，防護更周全。(實際款式依現場而定)

尺寸/顏色	全長	上周長(可伸縮)	下周長(可伸縮)
M/黑、藍	44cm	30cm	24cm



2023 活力射手籃球夏令營 活動課程

	第一天	第二天	第三天	第四天
08:00	起床盥洗 + 享用早餐			
09:00	報到時間	學員集合點名		
09:10	熱身運動			
09:20	基本能力測驗 (分班分組)	投籃教學 (持球姿勢調整、定點/移位、近距離/中距離、跨步/墊步、快速投籃)	綜合進階練習 1.個人動作解析 (上籃、投籃、跳投、轉身、假動作) 2.進階練習 (進攻、防守、快攻、過人、卡位、籃板等技巧)	三對三門牛賽 小組預賽
10:00	球感練習暨運球教學 (換手/低手、前進/後退、交叉、背後、轉身) (行進間、障礙物設置)			
11:30	開訓典禮 (活動介紹、規範公約)	投籃競賽		
12:00	活力營養午餐			
12:50	午休時間			
13:30	傳球教學 定點 (胸前、地板、頭頂、勾傳、背後、行進間傳球) 行進 (行進間兩人、三人、三人 8 字、四人傳球、手遞手 Hand off)	防守步伐教學 (滑步、交叉步、螃蟹步、倒退步、小碎步、Close out、綜合步伐)	兩人小組、三人小組 (切傳、擋切、空切、開後門、運球交叉)	三對三門牛賽 單淘汰複賽
			戰術解析、賽事經驗傳授 團隊戰術對抗	
15:00	休息點心時間			三對三門牛賽 總決賽
15:20	上籃教學 (基本步法技巧、五點上籃基礎訓練、運球上籃、跑傳上籃、歐洲步上籃、錯手盾腳上籃)	攻防練習 (人數對等、多打少)	三對三門牛-抽籤分隊	
16:00	活力技術挑戰賽	師生對抗賽	籃球規則與裁判手勢 FIBA 三對三門牛賽 比賽規則解說	結業典禮 領取結業證書 頒發獎項
16:40				
17:30				
18:00	活力營養晚餐			
19:00	報平安			
20:00	盥洗與休息時間			
22:00	就寢與晚點名			
	珍重再見 平安返家			

1. 課程與活動時間，將依照學員實際學習狀況而調整。
2. 學員休息時間，將由各組教練視學員實際體能狀況安排休息。
3. 學員分組比賽時，將要求學員服從裁判(教練)之判決。